



TRAINING OUTLINE

COURSE TITLE: _____ **DATE:** _____ **INSTRUCTOR:** _____

LOCATION: _____ **TIME:** _____ **COMPANY:** _____

Safety training was conducted on the above date by the instructor indicated. The following line items identify the topics covered during the training session.

SUMMARY OF TRAINING

1) Introducción

- a) Normas
- b) Impacto
- c) Emocional
- d) Físico
- e) Económico
- f) Definiciones
- g) Discriminación
- h) Acoso
- i) Urbanidad
- j) Incivilidad
- k) Intimidación
- l) Conflicto
- m) Instigador y víctima
- n) Entorno laboral hostil
- o) La intención no es necesaria
- p) La ignorancia no es una excusa

2) Respeto

- a) Cultura del lugar de trabajo



TRAINING OUTLINE

- b) Equidad
- c) Honradez
- d) Integridad
- e) Respeto
- f) Centrarse en los demás
- g) Construir puentes
- h) Ser consciente de uno mismo
- i) Hablar con respeto
- j) Responsabilidad
- k) Urbanidad
- l) Resolución de Conflictos
- m) Aliviar rápidamente el estrés
- n) Respirar
- o) Anótelo
- p) Desahogarse
- q) Buscar apoyo externo
- r) Salir
- s) Reconocer y Gestionar las Emociones
- t) Utilizar el Humor
- u) Controlar las Cuestiones No Verbales
- v) Evitar el Humor Malintencionado
- w) Comunicación Eficaz
- x) Escucha Activa
- y) Animar



TRAINING OUTLINE

- z) Reformular
- aa) Aclarar
- bb) Reflexionar
- cc) Validar
- dd) Comunicación no verbal
- ee) Expresiones faciales
- ff) Contacto visual
- gg) Boca
- hh) Postura
- ii) Brazos y piernas
- jj) Gestos

3) Descarriladores

- a) Incivilidad
- b) Acoso
- c) Acoso verbal
- d) Rumores y cotilleos
- e) Bromas y burlas
- f) Insultos
- g) Acoso visual
- h) Correos electrónicos
- i) Imágenes
- j) Gestos y lenguaje corporal
- k) Acoso físico
- l) Acoso sexual



TRAINING OUTLINE

- m) Discriminación
- n) Sexo
- o) Embarazo y lactancia
- p) Edad
- q) Discapacidad
- r) Acoso escolar
- s) El Gritón
- t) El crítico
- u) La serpiente de dos caras
- v) El guardián
- w) Ciberacoso
- x) Persistencia
- y) Permanencia
- z) Cruzar la línea

4) Recursos

- a) Tolerancia cero
- b) Denunciar
- c) Documentar
- d) Cruzar la línea
- e) Denunciar
- f) Las tres "C" de la vacilación
- g) Confidencialidad
- h) Camaradería
- i) Preocupación



TRAINING OUTLINE

j) Represalias

k) Investigaciones administrativas

5) Conclusión